

A scuola di coraggio – Equilibrio: La passerella traballante

I bambini in questo esercizio devono sentire l'equilibrio, cercando di attraversare un elemento di cassone reso instabile.

I bambini oscillano su un elemento di cassone svedese sostenuto da palloni senza perdere l'equilibrio, da soli o in gruppo.

Osservazione: non tutti i coperchi di cassone e le palle si prestano per questo esercizio (provare prima di proporre!).



Materiale: parte superiore di un cassone, sei o sette palloni da pallacanestro.

Fonte: Baumann, H. (2003). A scuola di coraggio. Herzogenbuchsee: Ingold.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO